

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,8	4,2	16,6	119	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	33/7	1,8	0,7	18,5	87	3,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		5,4	22	0,05
Итого			360	5,8	4,9	40,5	228	3,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
Итого			82	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,7	1,7	3	31	5,5
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	175/8	3,9	4,3	15,7	121	12,1
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	43	6	8,3	5,5	121	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105	3	3,9	20,2	129	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			573	16,4	18,6	67	506	18,6
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	43	3,6	3,8	23,6	143	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	86	2,5	2,1	3,6	46	0,3
Итого			129	6,1	5,9	27,2	189	0,3
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	108	10,8	5,5	5,9	118	1,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,3	0,1	8,8	41	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,5	3,8	10,8	92	0,6
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	56	0,2	0,2	5,3	25	2,2
Итого			352	15,8	9,6	30,8	276	4,4
Всего				44,6	39,1	175,5	1243	29,05

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.